正法念處經卷第七十

元魏婆羅門瞿曇般若流支譯

終 伏

身念處品之七

復次修行者觀諸衆生業之果報如此衆生應當啼哭如何乃作歌舞戲笑而不觀於放逸衆生地獄受苦啼哭悲哀不知衆生愛綱所縛以身口意作惡業故墮於地獄餓鬼畜生受大苦報憂悲啼哭受種種苦如其業行墮活地獄黑繩地獄衆合地獄叫喚地獄大叫喚地獄焦熱地獄五種愛故愛於色聲香味觸故為之所縛流轉在於生死大海如是修行者觀行岸住人已如實知外身

復次修行者隨順觀外身觀欝單越復有何等可愛山林彼以聞慧或以天眼見欝單越有一大山名曰心順縱廣一千由旬於此山中常有緊那羅安於山峯中歌衆妙音河岸園林平處山谷多有華池有諸林園所謂吱多吱林次名龍林次名那梨吱羅林次名婆那娑林次名佉羅林次名

菴婆林次名無遮林次名金毗羅林
正法念處經卷第七十　第二張　終
次名迦卑他林次名孔雀林次名俱
翅羅林次名鸚鵡林次名河池林次
名蓮華林次名優鉢羅林次名辛頭
波利多林次名鳩羅婆迦林次名命
命鳥林次名多羅林如是林中一切
珍寶美妙之音一切人聞歡喜愛樂
癡愛所覆轉增愛火若有聞此緊那
羅女歌頌之音百倍增長若有飢羸
食草在口聞此歌音不覺遺墮飛鳥
在樹雙鳥遊戲啄食美果聞此音聲
皆悉止住衆蜂聞聲不飲美味若有
仙人在虛空中聞其歌音即住不行
如是心順山中緊那羅女歌頌之音
甚可愛樂其山皆是毗琉璃寶金銀
為石珊瑚為樹真珠為沙鉢婆羅池
以頗梨寶為憂鉢羅多有白鵝其色
如貝復有諸鹿七寶莊嚴於園林中
有俱翅羅孔雀命命其音可愛復有
池水衆蜂莊嚴如是心順山中一切
衆人若見若聞心生愛樂遍於山上
一切男女歡喜戲笑心生悅樂此心
順林復有第二可愛之事如須弥山

所出光明上照二百由旬心順山中光明上照二千由旬其光白淨金樹光明以毗琉璃山光力故皆作白色如須弥山王金色光明草木近之皆作金色如是心順山光令一切禽獸河池華樹皆作白色以心順山光明力故山有人住名曰白人光明亦白住在此山大力端嚴心常歡喜第一清淨妙香塗身華鬘莊嚴歌舞戲笑愛樂音聲不生嫉妬無我所心亦無我慢一切光明皆作白色種種末香以散其身種種歌音聞之悅樂如意之樹出香美酒飲之無患隨其所念衣從樹出衣無線縷經緯之別種種飲食種種莊嚴種種衆鳥出妙音聲令人睡息復有妙音種種衆鳥令其覺寤種種花池生種種華如是白光明人受業果相如其所作上中下善業受樂成就

復次修行者隨順觀外身觀此衆生云何現見他善業盡而就死苦云何不覺初不生苦於受生時父母精血於屎道中識生受胎業風所集和合

動之七日一變名阿浮陁阿浮陁中
以於先世不殺生故識心不滅不爛
第二七日名伽那身煩惱癡識不壞
不滅如是七七日名日肉團住在胎
中屎尿之間若母動身若母飲食被
壓辛苦如壓蒲桃復以業風吹動肉
團肉團增長生於五皰所謂兩手兩
足及頭復以業風所動增長生於膜
衣從膜衣中有脉如藕上衝生藏若
其母食冷食熱食或美不美從藕孔
中入其腐中為胎中命令其不死如
是胎中受大苦惱若於胎中不死不
壞為屎月水之所穢汙十月住胎如
在牢獄苦惱逼迫一切身分猶如山
壓從胎中出既生之後風日所觸受
大苦惱棄之於地隨意捨行自嗽其
指指中生乳以自增長而得壽命增
長嬰兒轉成盛年漸至衰老時風所
滅衆生業故業藏流轉如業所作或
善不善諸業成就如此衆生現見業
法果報苦惱而猶放逸於生死中苦
受之本所謂生也寒熱飢渴疲極病
瘦愛別離苦怨憎會苦於生死中生

為大苦破壞生具生死流轉無常苦
空生滅無我云何鬱單越人而不覺
知如此山谷園林花果河池蓮花一
切皆當無常破壞歸於虛空如是衆
生一切皆死生於天上天上命終隨
其本業墮於地獄餓鬼畜生是修行
者如是觀於業法果報見生死過於
白光明人生悲愍心
復次修行者隨順觀外身鬱單越國
復有何等可愛山林彼以聞慧或以
天眼見鬱單越有一大山名俱睒耶
舍縱廣千由旬有蓮花池名曰清涼
縱廣五百由旬金色蓮花充滿其中
無有泥濁於此池中多有衆蜂鵝鴨
鴛鴦以為莊嚴蓮花池中有天俱睒
耶舍之花曼陁羅華林樹華果河谷
園林清涼之池如前所說於俱睒耶
舍山半山之中五百由旬有八万四
千殿奇特可愛真金為殿白銀欄楯
白銀為殿真金欄楯頗梨為殿毗琉
璃寶以為欄楯毗琉璃殿頗梨欄楯
青寶玉殿車𤦲欄楯車𤦲寶殿青因
陁寶以為欄楯如是諸寶欄楯平相

閣鈴網弥覆歌舞戯笑伎樂音聲
心常歡喜葡萄蔓覆猶如天中善見
大城天善法堂俱睒耶舍莊嚴大山
並復如是八万四千殿園林河池樹
林花果一切具足俱睒耶舍山中所
住之人名曰雜色心常歡喜歌舞戯
笑飲食樂故
復次修行者觀業果報如是衆生何
故不見愛別離苦一切衆生恩愛別
離行於異處不知一切皆當死滅隨
業受報若有善業生人天中若不善
業墮於地獄餓鬼畜生此雜色人心
懷放逸不知猒足愛著色聲香味觸
樂為愛所縛愛河所漂欲火所燒而
不覺知無常死滅入大黑闇不見老
苦破壞少壯不見死火欲來燒人能
令永離一切親愛死如大火燒人命
樹焚衆生林
復次修行者隨順觀外身欝單越人
以何業故生十山中何等十山一名
僧迦賖山二名平等峯山三名多力
偏山四名白雲持山五名高聚山六
名鬘莊嚴山七名因陀羅樂山八名

歡喜持山九名心順山十名俱睒耶
舍䟽嚴山彼以聞慧或以天眼見此
衆生前世善業生此山中不殺不盜
不邪婬不飲酒行十善業生此山中
復次修行者觀業果報以何業故彼
諸衆生色力形相勝餘衆生彼以聞
慧或以天眼見此衆生正見行施心
不諂曲不惱衆生直心憐愍順法修
行親近正法以是因緣身壞命終生
於善道四天王天三十三天於彼命
終生於此閻此閻命終生於彼處
復次修行者觀業果報此諸衆生以
何業故而受勝報彼以聞慧或以天
眼見此衆生以前世時於怖畏者施
以無畏見人就死出於右門反縛而
出將至塚間打惡聲鼓遣旃陀羅欲
斷其命贖之令脫以是因緣身壞命
終生於善道若四天王天三十三天
若夜摩天
復次修行者隨順觀外身此諸衆生
以何業故於勝天中勝於餘天色相
可愛衆人供養彼以聞慧或以天眼
見此衆生於前世時樂聞正法聽佛

正法聖法毗尼諳誦佛法乃至一偈　法念處經卷第十　第八張　終
讀誦思惟以聞一句正法因緣作轉
輪王王四天下從此命終生於天上
一返二返乃至七返於六欲天謂四
天王處三十三天夜摩天兜率陀天
化樂天他化自在天從天命終來生
此間以善心故受於色聲香味觸樂
還生天上天上命終先聞法故於未
來世得初禪定生梵身天若梵眾天
若大梵天復以聞法種子因緣力故
於未來世得第二禪從此命終生少
光天無量光天光音天復以聞法種
子因緣力故於未來世得第三禪生
遍淨天福德生天復以聞法修行因
緣聞難思惟於未來世得第四禪以
離著智火燒煩惱樹生無量善天遍
善天廣果天復以聞法因緣種子修
行讀誦問難思惟為邪見說令住正
見盡一切有度於險難得緣覺道若
發阿耨多羅三藐三菩提願則成無
上正覺明行足善逝世間解無上士
調御丈夫天人師佛世尊以聞正法
因緣力故聞正法者謂聞布施持戒

以為根本何以故此聞法者若在家
出家聞布施果既了知已而行布施
知布施果聞持戒果而持禁戒聞智
慧果修集智慧聞已即得生天終得
解脫是聞法者生天涅槃之種子也
於一切施若資生施若無畏施若以
戒施聞正法施最為第一若聽正法
第一持戒若聞正法為他人說令捨
不善令法增長是正法叉
復次修行者隨順觀外身過鬱單越
復有何等人住彼以聞慧或以天眼
見鬱單越北有國縱廣二千由旬一
名迦賒毗利縱廣三百由旬有河名
迦賒毗梨人所住處亦名迦賒毗梨
河池蓮花花果園林枝葉相覆如前
所說過此國已有河名阿弥多其邊
縱廣七百由旬園林華池皆悉具足
亦如前說阿弥多河邊有五國土一
名天冠池國二名波羅賒池國三名
髻衣國四名孔雀音國五名山嵋住
國天冠池國縱廣二百五十由旬波
羅賒池國縱廣一百五十由旬其髻
衣國縱廣二百由旬孔雀音國縱廣

二百由旬山𡺸住國縱廣一百由旬
復有十國一一國土各百由旬何等
為十一名拘登伽國二名持香國三
名黑腹國四名轉目國五名山嶮岸
國六名順行國七名四方國八名圓
國九名髮覆國十名僧伽多國復觀
此國河池園林花果具足亦如前說
彼洲四方人面亦然如閻浮提人面
像大洲上廣下狹欝單越人面像大
洲亦復如是觀欝單越國一切洲渚
山谷園林華果河池禽獸具足如是
觀已如實知外身
復次修行者隨順觀外身過欝單越
國瞿陁尼國二國中間復有何等山
林海渚彼以聞慧或以天眼見欝單
越國瞿陁尼國二國中間有一大海
名曰普眼廣二万由旬有一水眼廣
一由旬龍勢力故過此大海有一大
山名遊戲髻縱廣十千由旬色如聚
墨龍氣燒故過此山已有一大海名
具思弥縱廣二千由旬多有大魚提
弥魚提弥鯢羅魚軍毗羅魚那迦羅
魚如是等魚充滿海中其海甚深見

者怖畏於此海中有樂住龍離於瞋

恚過此大海有一大海名曰水雲縱
廣十千由旬於此海中大波涌出或
十由旬二十由旬三十由旬過此海
已有一大洲名真珠蛤多有真珠若
魚若龍於水中死棄於此洲其洲縱
廣一千由旬過此洲已有一大山名
曰寶山縱廣正等五千由旬七寶山
峯毗琉璃等猶如第二須弥山王過
此山已有甄叔迦林縱廣二千由旬
種種園林花果具足過此林已有一
大山縱廣五千由旬金蓮華池鵝鴨
衆鋒出衆音聲過此山已有一大海
縱廣十千由旬金色之水充滿其中
出金色光海有金山名曰金水高五
百由旬過此山已有瞿陁尼縱廣九
千由旬有十億聚落一万二千城第一
大城其數五百如閻浮提有三百餘
大城所謂波吒梨弗多城如是瞿陁
尼大雲聚等五百大城其大雲聚城
縱廣十二由旬四交衢巷屋宅樓閣
充滿城中住於中國第一大城名曰
百門次名欄楯次名泥目羅次名光

明次名山谷有如是等第一大城攝
於中城復有大國名伽多支次名僧
差郍多國次名摩尼國次名銀國次
名幡國有如是等第一大國辟如閻
浮提中第一大國謂迦尸國憍薩羅
國摩伽陁國瞿陁尼國第一國土亦
復如是次有中國謂尼棄羅國次名
單持國次名遮都羅國次名俱蘭茶
國次名鞞多婆國次名窟行國瞿陁
尼界有如是等第一中國有二十五
國攝一切國如閻浮提十八大國瞿
陁尼國有五大河一名廣河二名均
周師波帝河三名月力河四名樂水
河五名僧吱郍河如閻浮提四大河
所謂恒伽河辛頭河婆叉河斯陁河
瞿陁尼國有五大山何等為五一名
龍飛山二名三峯山三名珠門山四
名百節山五名堅山如閻浮提中有
四大山何等為四一名雪山二名民
陁山三名摩羅耶山四名鷄羅娑山
瞿陁尼國有三大池一名深岸池二
名無間池三名放光池如閻浮提阿
郍婆達多池及瞻波池

復次修行者隨順觀外身觀瞿陁尼
何所受用彼以聞慧或以天眼見瞿
陁尼多饒牛犢一切女人皆有三乳
如閻浮提女人十月乃産瞿陁尼人
亦復如是如閻浮提女人二乳流汁
瞿陁尼女人三乳流汁亦復如是如
閻浮提園林具足花果河池一切具
足其果半味其華半香河水半味
復次修行者隨順觀外身衆生何業
生瞿陁尼以下中業生瞿陁尼彼以
聞慧或以天眼見餘生處少戒少施
少業少順法行云何少戒於前生處
以貧窮故受雇持戒或畏刑罰以清
淨心礼佛法僧親近國王得財布施
以近王故不讀誦經施非福田貪邪
見人謂為福田十善垢濁行不清淨
業因緣故閻浮提死生瞿陁尼如是
不知善不善故食半味食少智少慧
貪著女人先業因緣生瞿陁尼一切
衆生以業藏故由業故行業故流轉
如其所作善不善業得如是果若作
善業生人天中若不善業墮於地獄
餓鬼畜生以業因緣得相似果如種

種子辟如種穄得穄種麦得麦稗子
生稗如以種子種於薄地収果減少
若以種子種之良田多収果實如種赤
稻不生餘物種豆得豆種苷蔗者則
得苷蔗以田勝故得果亦勝如三種
田一者福田施二者福田苦施三者
苦施福田施者名之為上福田苦施
名之為中苦施為下除思功德辟如
外三種田一者饒石亦多水衣名為
中田二者其水豊足無有草穢又無
水衣亦無穀賊名為上田三者多有
水衣草穢其水不調又多穀賊是名
下田若諸田夫勤加功力則得果實
此內外法以業藏故隨業流轉業轉
而行各各勢力各各因緣各各受生
瞿陁尼人不修淨業故生於此處命
終自業流轉生死如是修行者觀外
法業已如實知外身
復次修行者隨順觀外身過瞿陁尼
復有何等山河海渚彼以聞慧或以
天眼見瞿陁尼國弗婆提國兩洲中
間有一大海名清淨水縱廣一万二
千由旬清水盈滿多有蠡貝提弥魚

提鯢羅魚鄉迦魚摩伽羅魚軍毗羅

魚失叔摩羅魚魚亦青色過此海已
有珊瑚山縱廣五千由旬毒宮衆生
住在山中過此山已有熱水海多有
毒虵毒虵氣故令海水熱無有一衆
生以虵毒故衆生皆死以毒熱故過
此海已有一大海名曰赤海縱廣一
萬五千由旬龍阿修羅住此海下以
飲食故互相瞋恚常共鬪諍有龍名
曰摩多梨鄉有阿修羅名僧伽多過
此海已有一大洲名羅剎女國縱廣
二千由旬有羅剎女名曰長髮住在
此洲噉食火燒香花及肉一念能行
二千由旬常求人便心常憶念是羅
剎洲骸骨血肉狼藉臭穢充滿其洲
過此洲已有一大洲名毗舍遮鬼女
國縱廣五千由旬毗舍遮鬼名曰髮
覆住在此洲過此洲已有一大山名
曰饒山縱廣五百千由旬多饒樹林
所謂鄉梨吱羅樹次名波鄉婆樹次
名無遮果樹次名多羅樹次名多摩
羅樹次名畢耶羅樹次名俱羅迦樹
次名陁婆樹次名佉提羅樹次名提

羅迦樹次名阿殊那樹次名迦曇婆
樹次名泥荼羅婆樹次名佉殊羅樹
次名菴婆羅樹次名卑末槃陁樹次
名婆多利樹次名婆吒樹次名甄叔
迦樹次名龍樹次名無憂樹次名騏
隣陁樹次名吱多迦樹次名迦尼迦
羅樹次名阿提目多迦樹次名鄢浮
摩利迦樹次名波吒迦樹次名波吒
羅樹次名迦卑他樹次名毗羅婆樹
次名天木香樹次名波頭摩樹次名
瞻波迦樹次名迦羅毗略迦樹次名
青無憂樹次名鳩羅婆迦樹次名軍
陁樹次名婆陁羅樹次名鳩吒闍樹
多有如是種種果樹處處流泉乾闥
婆王遊戲彼林過此山已有一大海
縱廣五百由旬名曰乳水其水色味
如乳無異海有大魚長五由旬住在
海中過此海已有一沙山縱廣一千
由旬無有林樹及諸藥草過此山已
有一大海名曰龍滿縱廣六千由旬
海有諸龍名栴遮羅住此海中自相
鬪諍樂注大雨過此海已有一大海
名蘇無陁羅縱廣二千由旬其水不

動清淨湛然多有軍毗羅魚那迦羅
魚失收摩羅魚蠡貝之屬
復次修行者知業法果彼以聞慧或
以天眼見如說處山河海渚林樹之
處無有一處不生不死不生不滅一
切恩愛無不別離無有一處非業故
行無有一處而非業藏無有一處非
業流轉受自業果或生或死無有山
河海渚非生死處山河海渚無纖鋒
許非我生處百千千億億億百千生
死之中皆愛別離怨憎合會百千千
億億億百千生死之處墮於地獄餓
鬼畜生無始無終貪瞋癡網之所繫
縛流轉生死是故應當厭離生死勿
生貪著此生死者甚為苦惱久受堅
牢痛苦難忍老死憂悲苦惱愁毒一
切有生必當墮落歸破壞門於生死
中無有少常譬如日出無有少闇觀
生死中亦復如是如是修行者觀外
身得如實知外身
復次修行者隨順觀外身過平等海
復有何等山河海渚彼以聞慧或以
天眼見弗婆提國縱廣八千由旬多

有眷屬小洲具足聚落城邑河池林
樹洲渚山窟行列樹林花果禽獸一
切具足有六大山一名大波賒山二名
新髻山三名孔雀集山四名獸峪
山五名海高山六名真珠髻山遍弗
婆提如閻浮提有四大山如前所說
大波賒山縱廣三千由旬於此山中
有三大林其一一林皆悉縱廣一千
由旬一名須弥林二名流水林三名
峪髻林衆樹具足所謂呵梨勒樹次
名平面樹次名峪生樹次名技等樹
次名塼生樹次名石生樹如閻浮提
樹說住此山者名大鵖人山中有河
名婆盧河次名流沙河次名挾流河
次名速流河次名龍水河次名光林
河次名征迦河第二大山名曰林髻
縱廣一千由旬此山有林名鳩吒林
次名行林次名天木行林次名烟林
次名久垂林山中有河一名多羅覆
次名角園河次名愛水河次名攝念
河次名烟笑河林髻山中所住之人
名俱知羅
復次修行者觀第三山名孔雀聚縱

廣千由旬此山有四大林一名雲林
二名百池林三名高吼林四名真珠
輪林復有大河所謂泥均輪陁河次
名大喜河次名愛林河次名先流河
次名吉河於孔雀聚山有住人名曰
青咽
復次修行者觀弗婆提有第四山名
獸峪此山有林名闍知羅林次名可愛
林次名弥伽林花果具足亦如前說
林中有河名涅茂迦次名普笑次名
歌羅羅林中有獸名曰調伏次名普
影次名毛獸次名見走次名為馬次
名無道次名仙獸次名多羅頭拏次
名好耳次名象頭次名第一兒次名
愛影次名兎毛次名駞身次名黑尾
次名白頭次名端正次名虵舌次名
狗牙次名伽婆耶次名鉗婆次名碓
井井如是等獸閻浮提中或有或無
獸峪山中園林流池華果樹木一切
具足亦如前說一切華池如閻浮提
住獸峪山人名曰速力
復次修行者觀弗婆提國有第五山
名曰海高縱廣一千由旬園林流池

華果具足亦如前說此山有林名曰
三渧次名咽喉閙林次名山林林中
有河名曰三角次名高喚次名石聲
人住海高山者名遮抹羅觀海高山
已如實知外身
復次修行者隨順觀外身觀弗婆提
有何等山彼以聞慧或以天眼見第
六山名真珠髻縱廣一千由旬園林
流池周遍具足種種花果禽獸具足
亦如前說真珠髻山出一大河名不
見岸廣一由旬有人住於真珠髻山
名曰普眼如是弗婆提六山園遶弗
婆提國有三大城一名善門城二名
山樂城三名普遊戲城三大城廣
三由旬中下之城有六十三有一中
城名鳩吒舍次名大波舍次名普孔
城有如是等中城之中第一最大下
城名一切負次名大音城次名曠野
孔穴城有如是等小城之中第一最
大復有三億五十万三千五百五十
六聚落第一聚落名迦尸摩羅次名
水沫次名根村次名樹帝村次名一
切人次名業聚落次名毗頭羅次名

波迦村次名毗吒聚落次名摩摩聚
落次名鄰提次名伽吒究次名徒呵
次名林聚落次名赤族次名阿叉次
名風吹次名鬚村次名頂樹次名黑
敘有如是等第一聚落此等眾人其
面圓滿像地洲形閻浮提人耳髮莊
嚴鬱單越人眼為莊嚴瞿陀尼人項
腹莊嚴弗婆提人肩髆莊嚴四天下
人自身嚴好
復次修行者觀業果報眾生何業生
弗婆提有上中下業彼以聞慧或以
天眼見此眾生先世不知業法果報
以不知故施非福田或難乞求介乃
施與或勤苦求亦如前說以此業故
名下品生若有眾生持中品戒若近
國王法故不殺眾生非清淨心以此
因緣身壞命終生於天上從天命終
生弗婆提名中業生上人上業聞法
正法受持讀誦為他人說而生隨喜
如說修行無有一法能度生死險道
曠野如聞正法受持讀誦為他人說
諸施中勝所謂法施第一持戒謂聞
正法聞正法智最為第一正法者亦

如前說觀弗婆提業果報已如實知
外身
復次修行者觀弗婆提内外有何等
山河海渚彼以聞慧或以天眼過弗
婆提八千由旬見有大山名曰欝石
縱廣三千由旬此山四面一方由旬
有微少鐵皆悉赴走奔此山過此
山已有一大海七千由旬名曰波行
圍遶五山猶如環釧何等為五一名
鐵口山二名大藏山三名多吒迦山
四名鈍多山五名歡喜山過此山已
有一大洲名陀吒迦曼荼縱廣三千
由旬多有夜叉緊那羅住在此洲河
池樹林花果具足甚可愛樂閻浮提
中弗婆提中所有禽獸此洲悉有過
此洲已有一大海名多星宿海中有
山名優陀延有十二峯遶此大海去
須弥山不遠外道說言與閻浮提人
善不善業為增上緣善不善風吹優
陀延山中出於星宿諸婆羅門外道
論師失於業報不知真諦於人王所
說言星宿諸曜所作非業果報是諸
外道婆羅門論師邪見倒說星曜所

作非業果報若星曜所作非業果報

日月勝故善不善時節流轉一切時
節而有華果日月若勝何故日月為
餘曜所覆所謂曰莎婆奴月羅睺一
切星宿為曜所覆曜為餘覆以是善
不善故宿曜亦有善不善業是故善
不善業衆生自業非星曜作
復次修行者隨順外身觀曜星宿見
業果報非曜等作觀多星宿海已觀
須弥山優陁延山峯已如實知外身
復次修行者觀多星海縱廣七千由
旬過此海已有諸神仙住在此洲山
河林樹花果具足如閻浮提其洲縱
廣三千由旬仙人夜叉之所住止一
切如意樹花果具足過此洲已有大
圍山及有大海三千由旬在閻浮提
弗婆提二國中間如是大海名冷暖
水縱廣三千由旬多有蠡貝提弥魚
提弥鯢羅魚郁迦羅魚摩伽羅魚失
収摩羅魚黿鼉之屬住大海中過此
山海有一大海名曰赤海去閻浮提
不遠縱廣五千由旬赤水滿中多有
大魚其魚赤色更相食噉以魚血故

合海水赤故名赤水過此海已有一
大海名曰清水縱廣七千由旬山河
具足多有大魚第一極深過此海已
有一大海名曰寶渚縱廣三千由旬
一切衆寶集在此渚金沙車渠真珠
珊瑚蘇摩羅寶種種具足有摩偷果
名乱心毒生在樹上若閻浮提人取
果食之七日如死若有飛鳥食之即
死過此渚已有一大海名曰鹽縱廣
七千由旬多有蚕曰真珠蜯蛤提弥
魚提弥鯢羅魚軍毗羅魚鄣迦羅魚
充滿其中復有諸龍夜叉羅刹毗舍
遮鬼皆住水中水下多有無量諸山
此閻浮提洲五百小洲以為圍遶略
說勝者所謂金地洲次名寶石洲次
名幢鬚洲次名迦鄣洲次名蚕貝洲
次名真珠洲次名園洲次名光明洲
次名翳沙波陁迦洲次名康白洲次
名普賢洲次名心自在洲次名黑雙
洲次名香鬚洲次名三角洲次名湏
犀犛洲次名賒鄣斯都洲次名阿藍
迦洲次名撈迦洲有十二山羅刹所
住次名弥留毗羅迦洲次名山住洲

次名赤貝洲次名赤真珠洲次名雪

旋洲次名沙塵遶洲次名無道洲次
名五銅洲次名覆洲次名睒吉帝方
洲次名安國洲次名饒樹洲次名醫
沙彼陁洲次名丈夫洲閻浮提界說
如是等最勝小洲此閻浮提縱廣七
千由旬周遍可愛如前所說
復次修行者隨順觀外身觀日月光
照何等處彼以聞慧或以天眼見日
月光照須弥山王四面四天下及照
大海照須弥山王八万四千由旬光
照山側但周其半斫迦婆羅金剛之
山周圍三十六億由旬難忍業火燒
然金剛斫迦婆羅山乳海之水近則
成酪轉近此山則成生酥漸漸復近
則成熟酥漸漸近之為地獄火燒之
磨滅是故不滿閻浮提等是修行者
觀於欲界如實見之猒離欲意不見
一處常不破壞不變易法於一切處
無始生死自業果報因緣力故自業
果報之所戲弄無有一處不生不死
若百若千若百千返無量無邊生死
無間觀內外身猒離欲愛於色聲香

味觸心不愛樂如是鞞羅帝婆羅門
長者聚落修行比丘修身念處不往
魔境聞說如是念處已有衆多人破
我見垢無上法中得法眼生說身念
處無上之法若於山谷若在山窟若
在塚間若在露地若草積邊修學禪
定無得放逸於命終時致有悔恨是
我所教時諸比丘聞世尊說皆大歡
喜於世尊說生信樂心歡喜奉行

正法念處經卷第七十

癸卯歲高麗國分司大藏都監奉
勅彫造